

Коломийцева Ю.А. (Научный руководитель – Косаревская Т.Е.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

СТРАТЕГИИ КОММУНИКАТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Введение. В настоящее время в отечественных и зарубежных социально-психологических исследованиях наблюдается существенное повышение интереса к различным граням адаптации человека в обществе. Основные положения теории адаптации, сформулированные в трудах П.К. Анохина, И.П. Павлова, Г. Селье, И.М. Сеченова и др., позволяют раскрыть сущность процесса адаптации как единства взаимодействующих сторон – человека и среды. В основе этого единства лежит активность социальной среды, с одной стороны, и активность личности, с другой. Понятие «адаптация» активно используется в психолого-педагогической науке, отражая стремление ученых целостно подойти к человеку в процессе освоения им новых социальных и профессиональных ролей, при анализе его поведения в процессе воспитания и обучения. Важными факторами адаптации в университетском пространстве являются особенности коммуникативного поведения личности [1; 2].

Материал и методы. Объектом исследования являются студенты первого курса УО «ВГТУ». Использован метод анкетирования: методика Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой «Адаптированность студентов в ВУЗе», «Диагностика оценки самоконтроля» Макса Снайдера и «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского. Цель исследования – выявление закономерностей коммуникативного поведения студентов, как составляющей адаптационного процесса в высшем учебном заведении.

Результаты и их обсуждение. По утверждению И.А. Фурманова «эффективное коммуникативное взаимодействие может устанавливаться различными способами. Однако, само понятие «эффективность» в данном случае следует признать весьма условным. Это связано с тем, что, во-первых, в коммуникативном взаимодействии всегда участвует как минимум два человека, и, во-вторых, регуляция коммуникативного поведения и адаптация каждого из участников этого взаимодействия осуществляется на основе «обратной связи», включающей различные социально-психологические механизмы» [3, с.14].

В нашем исследовании большое значение имеет изучение фактора самоконтроля коммуникации. Для изучения данного аспекта мы использовали методику диагностики оценки самоконтроля в общении Марка Снайдера.

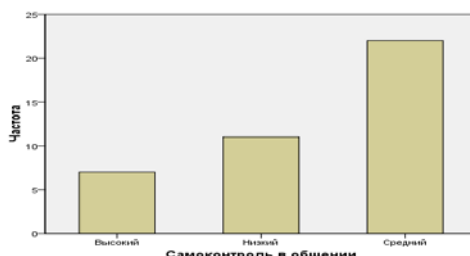


Рисунок 1 – Уровень самоконтроля в общении

Как мы видим на рисунке 1, средний самоконтроль в общении наблюдается у большей половины опрошиваемых – это 55%, высокий самоконтроль – у 17,5%, и низкий самоконтроль – у 27,5% опрошенных. Нам также необходимо проследить взаимосвязь самоконтроля в общении и адаптированности к учебной группе.

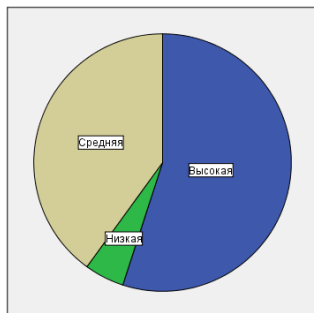


Рисунок 2 – Адаптированность обучающихся к учебной группе

Как мы можем видеть из Рисунка 2, адаптированность к учебной группе у студентов первокурсников достаточно высокая. 55% имеют высокую адаптированность, 16% среднюю адаптированность и всего 2% – низкую. Наблюдается следующая закономерность. Если у обучающегося низкий коммуникативный контроль в общении (т.е. он является непосредственным и открытым), то у него наблюдается очень высокий уровень коммуникабельности. Средний коммуникативный контроль связан с коммуникацией выше нормы, т.е. такой обучающийся разговорчив, любопытен, охотно знакомится с окружающими людьми. У студентов с высоким самоконтролем в общении также наблюдается высокий либо нормальный уровень коммуникации. Эти результаты подтверждают тот факт, что большое значение в юношеском возрасте для развития личности имеет общение со сверстниками. Для студентов юношеского возраста характерны следующие особенности общения: его самооценочность, стремление к самовыражению и самопознанию, поиск благоприятных психологических условий взаимодействия и, в то же время, противоположные тенденции: с одной стороны, потребность расширения сферы общения, с другой – в индивидуализации. Показателем учебной адаптации является наличие самоорганизации, умение планировать время, наличие навыков самостоятельной работы, соответствие требованиям учебного процесса.

Заключение. Адаптация студенческой молодёжи – это организованный целостный процесс накопления ими опыта в учебной, воспитательной, творческой деятельности, в результате которого у них возникают модели и стратегии поведения, адекватные меняющимся условиям. Специфика адаптации студентов заключается в длительности самого процесса. От того, как долго по времени и по различным затратам происходит процесс адаптации, зависят текущие и предстоящие успехи студенческой молодёжи, процесс их профессионального становления и дальнейшие стратегии коммуникативного поведения, а также жизненные стратегии.

Результатом исследования является подтверждение факта, что высокий уровень общительности, а также самоконтроль в общении являются важным фактором в адаптационном процессе, как к учебной группе, так и к учебному процессу. Результаты исследования подтверждают, что чем выше коммуникативная компетентность обучающихся, тем выше их адаптационная способность,

что позволяет нам утверждать, что способы и стратегии коммуникации влияют на качество адаптации.

Таким образом, адаптация в новой, в том числе и студенческой, среде зависит и от эффективности коммуникативного поведения, и от адаптивных способностей участников коммуникативного процесса.

Список использованной литературы:

1. Розум, С.И. Психология социализации и социальной адаптации человека / С.И. Розум. – СПб.: Речь, 2007. – 356 с.
2. Сперанская, Н.И. Учебная адаптация: первокурсники в образовательном пространстве ВУЗа / Н.И. Сперанская, О.Е. Яцевич // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 20. – С. 23–27.
3. Фурманов, И.А. Стратегии коммуникативного контроля в межличностном взаимодействии / И.А. Фурманов // Белорусский психологический журнал. – № 1, 2004. – С. 14–20.

Колошкина В.А., Дварак Н.А. (Научный руководитель – Богомаз С.Л., канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТА ВУЗА

Введение. XXI век называют веком технологий и информации. На сегодняшний день человек ежеминутно обрабатывает невообразимо большое количество информации. В связи с таким информационным потоком человек зачастую находится в состоянии стресса, даже не замечая этого. Помимо того, что люди не осознают, что их организм работает «на износ», они также не придают значения физическим нагрузкам. Не каждый понимает витальную важность физических нагрузок. Зачастую, когда людям попадаются материалы о пользе физической активности, они просто принимают их к сведению, но не предпринимают попыток изменить и перестроить свою жизнь, чтобы повысить уровень своей активности, что в свою очередь повысит качество «тела и психики». И если есть тенденция заботиться о физическом здоровье, то этого нельзя сказать о здоровье психическом – эмоциональном состоянии. Психологическое здоровье – это важнейшая составляющая уровня жизни отдельного человека, которая рассматривается как условие социальной стабильности и прогнозируемости процессов, происходящих в обществе [1; 2]. Психологическое здоровье представляет собой характеристику личностного благополучия, которая включает в себя когнитивно-оценочный компонент биологического, психологического, социального уровней и отводит исключительную роль высшим психологическим образованиям, выполняющим функции организации, регуляции, обеспечения целостности жизненного пути [3]. Цель исследования – оценить влияние физической культуры на психологическое состояние человека. На основе цели были сформулированы следующие задачи: – выявить основные мнения у студентов вузов о дисциплине «Физическая культура»; – определить понятие физической культуры с точки зрения студентов медицинского вуза; – рассмотреть влияние физической культуры на психологическое благополучие студента.